

# FIN JUIN - JUILLET 2024 - ÉLITES

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
23	24	25	26	27	28	29
ESSAIS NATIONAUX #2 & COUPE DU CANADA MONTRÉAL	COUPE DU CANADA MONTRÉAL <i>*Bureau fermé - Office closed</i>	CONGÉ - OFF PAS D'ENTRAÎNEMENTS	CONGÉ - OFF PAS D'ENTRAÎNEMENTS	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	7h-8h30 <i>Club</i> Musclation	8h-12h <i>Activité spéciale</i> *Lire courriel envoyé par Rowan.
				10h-11h <i>Bassin Olympique</i> Course à pied	9h-12h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	
				*Départ: 7h15 Retour: 12h	*Aucun autobus *No bus	*Aucun autobus *No bus
30	1	2	3	4	5	6
	FÊTE DU CANADA CONGÉ - PAS D'ENTRAÎNEMENT <i>*Bureau fermé - Office closed</i>	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	7h-8h30 <i>Club</i> Musclation	8h-15h <i>Canal Soulanges</i> Entraînement sur l'eau
		10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h-12h <i>Club</i> War Canoe	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Course à pied	9h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	*Départ - Autobus vers 7h15 *Retour prévu vers 15h30
		13h-14h <i>Club</i> Course à pied	12h-13h <i>Club</i> Musclation	13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h15-13h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau & Remorque	
		*Départ: 7h15 Retour: 13h	*Départ: 7h15 Retour: 11h  Collecte de fond (Fundraiser) "Bonjour l'été" Souper pour adulte	*Pas d'Eric *Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 8h30 Retour: 13h30  DATE LIMITE pour l'inscription pour Nationaux - Welland	Régatte Otterburn
7	8	9	10	11	12	13
	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	7h-8h30 <i>Club</i> Musclation	13h <i>La remorque quitte à 13h.</i> Trailer leaves at 1 p.m.
	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Musclation	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h-12h <i>Club</i> War Canoe	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Course à pied	9h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	16h <i>Club de Rideau (Ottawa)</i> Entraînement sur l'eau
	13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	13h-14h <i>Club</i> Course à pied	12h-13h <i>Club</i> Musclation	13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h15-13h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau & Remorque moyenne	Régatte Lachine
	*Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 7h15 Retour: 13h	*Départ: 7h15 Retour: 11h  DATE LIMITE pour l'inscription pour Provinciaux - Shawinigan	*Pas d'Eric *Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 8h30 Retour: 13h30	*Départ: 13h
14	15	16	17	18	19	20
RÉGATE DE RIDEAU Heure d'arrivée : *Détails à venir Où: 804 Hog's Back Rd, Ottawa, ON K2C 0B1	CONGÉ - PAS D'ENTRAÎNEMENT	8h <i>Bassin Olympique</i> Défaire la remorque	8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	7h-8h30 <i>Club</i> Musclation	CONGÉ - PAS D'ENTRAÎNEMENT
		8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Course à pied ET <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h-12h <i>Club</i> War Canoe	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Course à pied	9h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	
		12h-13h <i>Club</i> Musclation	13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h15-13h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau		
		*Départ: 7h15 Retour: 12h	*Départ: 7h15 Retour: 11h	*Pas d'Eric *Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 8h30 Retour: 13h30	
21	22	23	24	25	26	27
	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	7h-8h30 <i>Club</i> Musclation	8h-9h <i>Bassin Olympique</i> Course à pied
	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Musclation	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h-12h <i>Club</i> War Canoe	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Course à pied	9h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	9h-11h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau
	13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	13h-14h <i>Club</i> Course à pied	12h-13h <i>Club</i> Musclation	13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h15-13h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	
	<i>Bays meeting &amp; Girls meeting à 15h CLUB</i> *Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 7h15 Retour: 13h	*Départ: 7h15 Retour: 11h	*Pas d'Eric *Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 8h30 Retour: 13h30	*Départ: 7h15 Retour: 12h  *Horaire et transport peuvent être sujet à changement.
28	29	30	31	*Inscription doit être fait sur LUDI.K.		
8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	8h-10h30 <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau			
10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Musclation	10h-12h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	11h-12h <i>Club</i> War Canoe	11h-12h <i>Club</i> War Canoe			
13h-15h <i>Bassin Olympique</i> Entraînement sur l'eau	13h-14h <i>Club</i> Course à pied	12h-13h <i>Club</i> Musclation	12h-13h <i>Club</i> Musclation			
*Départ: 7h15 Retour: 15h30	*Départ: 7h15 Retour: 13h	*Départ: 7h15 Retour: 11h	*Départ: 7h15 Retour: 11h			